

БЕЗОПАСНЫЙ ОТДЫХ И ТУРИЗМ

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОВЕДЕНИЮ СЕМИНАРСКИХ ЗАНЯТИЙ

КАЗАНЬ 2011

Печатается по решению кафедры безопасности жизнедеятельности Факультета физкультурного образования Татарского государственного гуманитарно-педагогического университета

УДК 796. 50(076.6)

ББК 75.81я73

Б40

Мисбахов А.А., Мустаев Р.Ш. Безопасный отдых и туризм. Методические рекомендации по проведению семинарских занятий / Казань, ТГГПУ, 2011, ____ с.

Методические рекомендации предназначены для преподавателей и студентов Института физической культуры, спорта и восстановительной медицины дневной и заочной форм обучения, а также всех факультетов педагогических ВУЗов, учителей, администрации общеобразовательных и детских учреждений.

Авторы – составители: **Мисбахов А.А.**
кандидат биологических наук, доцент
Мустаев Р.Ш.
кандидат социологических наук, доцент

Научный редактор - **Галеев И.Ш.**
кандидат педагогических наук, доцент

Рецензенты: **Святова Н.В.**
кандидат биологических наук, доцент (ТГГПУ);
Ахмадиева Р.Ш.
кандидат педагогических наук, доцент
(ГУ «Научный центр Безопасности жизнедеятельности детей»)

ISBN

© Мисбахов.А.А., Мустаев Р.Ш., 2011.
© ТГГПУ, 2011.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ДИСЦИПЛИНЕ ОХРАНА ТРУДА НА ПРОИЗВОДСТВЕ И В УЧЕБНОМ ПРОЦЕССЕ

Примерная программа разработана в соответствии с требованиями государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования по специальности 033300.00 Безопасность жизнедеятельности с дополнительной специальностью.

Требования к обязательному минимуму содержания основной образовательной программы по направлению подготовки ГОС ВПО включают владение знаниями по следующим вопросам: наиболее распространенные опасности во время отдыха на природе и туристических походов. Подготовка и проведение выездов на природу и туристических походов. Правила поведения и меры по обеспечению безопасности. Методика обучения правилам поведения на отдыхе и в туристическом походе. Дальний и международный туризм. Ориентирование на местности, в незнакомом городе. Действия при происшествиях за границей. Акклиматизация человека к различным природным условиям.

Проблемы добровольной и вынужденной автономии в природных и городских условиях. Способы обеспечения жизнедеятельности и правила поведения при вынужденным автономном существовании.

Учебные задачи дисциплины

Целью изучения дисциплины «Безопасный отдых и туризм» является воспитание безопасного мировоззрения у студентов и получение знаний о:

1. Профилактика травматизма и происшествий с участием школьников во время организованного и неорганизованного отдыха.
2. Изучение правил безопасного поведения во время туристического похода.
3. Изучение правил вынужденной автономии в природных и городских условиях.

Основные задачи:

- Формировать систему знаний, умений и навыков, позволяющих безопасного поведения во время отдыха на природе и туристических походах.
- Повысить уровень развития психофизиологических качеств, обеспечивающих человеку безопасного поведения во время отдыха.
- Формирование навыков безопасного поведения во время вынужденной автономии.
- Обучение организации и проведения туристических походов.
- .

Формы контроля: Итоговой формой контроля является экзамен. Текущий контроль осуществляется в форме выступлений и докладов в виде презентаций на семинарских занятиях, самостоятельных письменных работ и тестирования, написания и защиты реферативных сообщений.

Требования к уровню освоения содержания дисциплины

Студент должен знать:

- Наиболее распространенные опасности на природе во время организованного и неорганизованного отдыха.
- Обеспечение безопасности во время туристических походов.
- Правила поведения при добровольном и вынужденном автономном существовании.

Должен уметь:

Принимать решения по обеспечению собственной и коллективной безопасности при возникновении опасных ситуаций во время отдыха и туристического похода с возможным оказанием первой медицинской помощи.

Тематический план

№ п/п	Наименование тем и разделов	Всего (часов)	Аудиторные занятия (час.)		Самостоя- тельная ра- бота
			Лекции	семинар- ские	
1	Предмет «туризм». Этапы развития туризма. Классификация видов туризма.	6	2	2	2
2	Безопасность в разных природных зонах.	8	2	2	4
3	Организация и подготовка туристических походов. Комплектование группы и распределение обязанностей.	14	2	4	8
4	Разработка маршрута путешествия. Снаряжение для туристических походов.	8	2	2	4
5	Правила поведения и меры по обеспечению безопасности.	10	2	4	4
6	Действия при происшествиях за границей. Важные особенности законодательств зарубежных стран.	14	2	4	8

7	Ориентирование на местности, в незнакомом городе	8	2	2	4
8	Проблемы добровольной и вынужденной автономии в природных и городских условиях.	12	2	4	6
9	Как разбить лагерь и построить временное укрытие. Виды костров.	10	2	2	6
10	Добыча воды в природных условиях при автономном существовании.	8	2	2	4
11	Ориентирование по карте и без карты. По религиозным сооружениям.	10	2	2	6
Итого:		108	22	30	56

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Предмет «туризм». Этапы развития туризма. Классификация видов туризма.

1. Цели и задачи занятия туризмом.
2. Основные компоненты туризма.
3. Определение видов туризма.
4. Характер путешествия.
5. Способы передвижения.
6. Форма и содержание туристической деятельности.

2. Безопасность в разных природных зонах.

1. Горы. Леса. Пустыни. Тундра и лесотундра.
2. Особенности поведения в природных зонах.
3. Опасности встречающиеся в этих зонах.

3. Организация и подготовка туристических походов. Комплектование группы и распределение обязанностей.

1. Общие положения организации и подготовки туристических походов.
2. Комплекс мероприятий по организации и подготовке похода.
3. Спортивные походы.
4. Учебно – тренировочные походы.

5. Туристические экспедиции.
6. Распределение обязанностей в группе с учетом туристического опыта. Какие есть обязанности.
7. Организация деятельности участников.

4. Разработка маршрута путешествия. Снаряжение для туристических походов.

1. Предварительные тактические соображения. Оценка техника – тактических характеристик участков маршрута.
2. Основные виды построения маршрутов. Разработка запасного маршрута.
3. Средства передвижения. Средства транспортировки грузов. Бивачное снаряжение. Личное и групповое снаряжение

5. Правила поведения и меры по обеспечению безопасности.

1. Опасности возникающие в Турпоходах.
2. Техника безопасности. Культура поведения в походах.

6. Действия при происшествиях за границей. Важные особенности законодательств зарубежных стран.

1. Обзор обстановки наиболее опасных стран.
2. Опасные ситуации возникающие за границей.
3. Некоторые особенности конкретных стран представляющие угрозу туристам.
4. Особенности законодательства зарубежных стран.

7. Ориентирование на местности, в незнакомом городе

1. Понятие ориентирование. Точечные ориентиры. Линейные, площадные ориентиры.
2. Определение сторон горизонта.
3. Карты горда.
4. Ориентирование по карте.

8. Проблемы добровольной и вынужденной автономии в природных и городских условиях.

1. Экстремальные ситуации, возникающие на природе и в городе.
2. Вынужденная автономия зимой.

9. Как разбить лагерь и построить временное укрытие. Виды костров.

1. Требования для обустройства лагеря или временного укрытия.
2. Особенности рельефа и климата.
3. Дикие животные.
4. Изготовление шалашей и укрытий. Постройка «иглу».

10. Добыча воды в природных условиях при автономном существовании.

1. Добыча воды из растений. На море. Грунтовые воды.
2. Как очистить воду.

11. Ориентирование по карте и без карты. По религиозным сооружениям.

1. Ориентирование по топографическим картам. Масштабные, внemasштабные и пояснительные условные знаки.
2. Ориентирование без карты.
3. Ориентирование по природным признакам.
4. Ориентирование по культовым зданиям (алтари, часовни, церкви и т.д.)

ПЛАНЫ СЕМИНАРСКИХ ЗАНЯТИЙ

Семинарское занятие № 1

Тема «Предмет «туризм». Этапы развития туризма. Классификация видов туризма».

Цель. Ознакомление с понятийно-категориальным аппаратом предмета.

Задачи:

- заслушать доклады, выступления и сообщения в виде презентаций по теме семинара;
- ознакомление с понятийным аппаратом и терминологией в области безопасного отдыха и туризма;
- формирование у студентов необходимой теоретической базы в области безопасного отдыха и туризма.

Оборудование: методические рекомендации, рабочие тетради, учебники, проектор, ноутбук, интерактивная доска.

План семинарского занятия

- ✓ Сообщить очередность выступлений в рамках проблемы рассматриваемой на семинаре.
- ✓ Выступления студентов с презентациями по теме семинара.
- ✓ Вопросы со стороны преподавателя и участников семинара.
- ✓ Дискуссия по отдельным вопросам проблемы.
- ✓ Работа студентов с методическими рекомендациями. Задание для подготовки к следующему семинару.

Учебные вопросы семинара

1. Цели и задачи занятия туризмом.
2. Основные компоненты туризма.
3. Определение видов туризма.
4. Характер путешествия, способы передвижения.
5. Форма и содержание туристической деятельности.

Задание: подготовить конспекты изложения докладов и выступлений, сообщения в виде презентаций по теме следующего семинара.

Вопросы для самостоятельной подготовки студентов к работе на следующем семинаре:

1. Горы. Леса. Пустыни. Тундра и лесотундра.
2. Особенности поведения в природных зонах.
3. Опасности встречающиеся в этих зонах.

Семинарское занятие № 2

Тема «Безопасность в разных природных зонах».

Цель. Получить теоретические знания и практические навыки в области безопасности в разных природных зонах.

Задачи:

- заслушать доклады, выступления и сообщения в виде презентаций по теме семинара;
- рассмотреть основные законодательные акты и нормативную документацию в области охраны труда на производстве и в учебном процессе;
- сформировать у студентов необходимую теоретическую базу в области правовых организационных основ по охране труда.

Оборудование: методические рекомендации, рабочие тетради, учебники, проектор, ноутбук, интерактивная доска.

План семинарского занятия

- ✓ Сообщить очередность выступлений в рамках проблемы рассматриваемой на семинаре.
- ✓ Выступления студентов с презентациями по теме семинара.
- ✓ Вопросы со стороны преподавателя и участников семинара.
- ✓ Дискуссия по отдельным вопросам проблемы.
- ✓ Работа студентов с методическими рекомендациями. Задание для подготовки к следующему семинару.

Учебные вопросы семинара

4. Горы. Леса. Пустыни. Тундра и лесотундра.
5. Особенности поведения в природных зонах.
6. Опасности встречающиеся в этих зонах.

Задание: подготовить конспекты изложения докладов и выступлений, сообщения в виде презентаций по теме следующего семинара.

Вопросы для самостоятельной подготовки студентов к работе на следующем семинаре:

1. Общие положения организации и подготовки туристических походов.
2. Комплекс мероприятий по организации и подготовке похода.
3. Спортивные походы.
4. Учебно – тренировочные походы.

5. Туристические экспедиции.
6. Распределение обязанностей в группе с учетом туристического опыта. Какие есть обязанности.
7. Организация деятельности участников.

Семинарское занятие № 3

Тема «Организация и подготовка туристических походов. Комплектование группы и распределение обязанностей»

Цель. Получить необходимый объем знаний в области организации, подготовке и комплектовании туристических походов.

Задачи.

- заслушать доклады, выступления и сообщения в виде презентаций по теме семинара;
- получение знаний необходимых для организации служб охраны труда на предприятии;
- формирование у студентов необходимой теоретической базы знаний по проведению контроля за соблюдением законодательства по охране труда.

Оборудование: методические рекомендации, рабочие тетради, учебники, проектор, ноутбук, интерактивная доска.

План семинарского занятия

- ✓ Сообщить очередность выступлений в рамках проблемы рассматриваемой на семинаре.
- ✓ Выступления студентов с презентациями по теме семинара.
- ✓ Вопросы со стороны преподавателя и участников семинара.
- ✓ Дискуссия по отдельным вопросам проблемы.
- ✓ Работа студентов с методическими рекомендациями. Задание для подготовки к следующему семинару.

Учебные вопросы семинара

1. Общие положения организации и подготовки туристических походов.
2. Комплекс мероприятий по организации и подготовке похода.
3. Спортивные походы.
4. Учебно – тренировочные походы.
5. Туристические экспедиции.
6. Распределение обязанностей в группе с учетом туристического опыта. Какие есть обязанности.
7. Организация деятельности участников.

Задание: подготовить конспекты изложения докладов и выступлений, сообщения в виде презентаций по теме следующего семинара.

Вопросы для самостоятельной подготовки студентов к работе на следующем семинаре:

1. Предварительные тактические соображения. Оценка техника – тактических характеристик участков маршрута.
2. Основные виды постарения маршрутов. Разработка запасного маршрута.

3. Средства передвижения. Средства транспортировки грузов. Бивачное снаряжение. Личное и групповое снаряжение

Семинарское занятие № 4

Тема «Разработка маршрута путешествия. Снаряжение для туристических походов»

Цель. Вооружить будущих специалистов теоретическими и практическими знаниями и умениями для разработки маршрутов путешествия. Изучить снаряжений для туристических походов.

Задачи:

- заслушать доклады, выступления и сообщения в виде презентаций по теме семинара;
- сформировать у студентов необходимую теоретическую базу по созданию оптимальных условий жизнедеятельности в повседневной жизни и трудовой деятельности;
- получение знаний об организации мер защиты человека и среды от негативных воздействий вредных и опасных производственных факторов.

Оборудование: методические рекомендации, рабочие тетради, учебники, проектор, ноутбук, интерактивная доска.

План семинарского занятия

- ✓ Сообщить очередность выступлений в рамках проблемы рассматриваемой на семинаре.
- ✓ Выступления студентов с презентациями по теме семинара.
- ✓ Вопросы со стороны преподавателя и участников семинара.
- ✓ Дискуссия по отдельным вопросам проблемы.
- ✓ Работа студентов с методическими рекомендациями. Задание для подготовки к следующему семинару.

Учебные вопросы семинара

4. Предварительные тактические соображения. Оценка техника – тактических характеристик участков маршрута.
5. Основные виды постарения маршрутов. Разработка запасного маршрута.
6. Средства передвижения. Средства транспортировки грузов. Бивачное снаряжение. Личное и групповое снаряжение

Задание: подготовить конспекты изложения докладов и выступлений, сообщения в виде презентаций по теме следующего семинара.

Вопросы для самостоятельной подготовки студентов к работе на следующем семинаре:

1. Опасности возникающие в Турпоходах.
2. Техника безопасности. Культура поведения в походах.

Семинарское занятие № 5

Тема «Правила поведения и меры по обеспечению безопасности»

Цель. Вооружить будущих специалистов правилами поведения и мерами по обеспечению безопасности в походах.

Задачи:

- заслушать доклады, выступления и сообщения в виде презентаций по теме семинара;
- получение знаний об опасностях возникающих в турпоходах;
- формирование у студентов необходимой теоретической базы в области техники безопасности и культуры поведения в походах.

Оборудование: методические рекомендации, рабочие тетради, учебники, проектор, ноутбук, интерактивная доска.

План семинарского занятия

- ✓ Сообщить очередность выступлений в рамках проблемы рассматриваемой на семинаре.
- ✓ Выступления студентов с презентациями по теме семинара.
- ✓ Вопросы со стороны преподавателя и участников семинара.
- ✓ Дискуссия по отдельным вопросам проблемы.
- ✓ Работа студентов с методическими рекомендациями. Задание для подготовки к следующему семинару.

Учебные вопросы семинара

1. Опасности, возникающие в Турпоходах.
2. Техника безопасности. Культура поведения в походах.

Задание: подготовить конспекты изложения докладов и выступлений, сообщения в виде презентаций по теме следующего семинара.

Вопросы для самостоятельной подготовки студентов к работе на следующем семинаре:

1. Обзор обстановки наиболее опасных стран.
2. Опасные ситуации, возникающие за границей.
3. Некоторые особенности конкретных стран, представляющие угрозу туристам.
4. Особенности законодательства зарубежных стран.

Семинарское занятие № 6

Тема «Действия при происшествиях за границей. Важные особенности законодательств зарубежных стран»

Цель. Вооружить будущих специалистов знаниями особенностями законодательств зарубежных стран.

Задачи:

- заслушать доклады, выступления и сообщения в виде презентаций по теме семинара;
- обсудить обстановку о наиболее опасных странах;
- получение знаний об опасных ситуациях, возникающих за границей;
- получение знаний об особенностях законодательств зарубежных стран.

Оборудование: методические рекомендации, рабочие тетради, учебники, проектор, ноутбук, интерактивная доска.

План семинарского занятия

- ✓ Сообщить очередность выступлений в рамках проблемы рассматриваемой на семинаре.
- ✓ Выступления студентов с презентациями по теме семинара.
- ✓ Вопросы со стороны преподавателя и участников семинара.
- ✓ Дискуссия по отдельным вопросам проблемы.
- ✓ Работа студентов с методическими рекомендациями. Задание для подготовки к следующему семинару.

Учебные вопросы семинара

1. Обзор обстановки наиболее опасных стран.
2. Опасные ситуации, возникающие за границей.
3. Некоторые особенности конкретных стран, представляющие угрозу туристам.
4. Особенности законодательства зарубежных стран.

Задание: подготовить конспекты изложения докладов и выступлений, сообщения в виде презентаций по теме следующего семинара.

Вопросы для самостоятельной подготовки студентов к работе на следующем семинаре:

1. Понятие ориентирование. Точечные ориентиры. Линейные, площадные ориентиры.
2. Определение сторон горизонта.
3. Карты горда.
4. Ориентирование по карте.

Семинарское занятие № 7

Тема «Ориентирование на местности, в незнакомом городе»

Цель. Получить необходимый объем знаний по ориентированию на местности, в незнакомом городе.

Задачи:

- заслушать доклады, выступления и сообщения в виде презентаций по теме семинара;
- получение знаний о видах ориентирования и определения сторон горизонта;
- получение знаний и умений ориентироваться в незнакомом городе.

Оборудование: методические рекомендации, рабочие тетради, учебники, проектор, ноутбук, интерактивная доска.

План семинарского занятия

- ✓ Сообщить очередность выступлений в рамках проблемы рассматриваемой на семинаре.
- ✓ Выступления студентов с презентациями по теме семинара.
- ✓ Вопросы со стороны преподавателя и участников семинара.
- ✓ Дискуссия по отдельным вопросам проблемы.
- ✓ Работа студентов с методическими рекомендациями. Задание для подготовки к следующему семинару.

Учебные вопросы семинара

1. Понятие ориентирование. Точечные ориентиры. Линейные, площадные ориентиры.
2. Определение сторон горизонта.
3. Карты горда.
4. Ориентирование по карте.

Задание: подготовить конспекты изложения докладов и выступлений, сообщения в виде презентаций по теме следующего семинара.

Вопросы для самостоятельной подготовки студентов к работе на следующем семинаре:

1. 1. Экстремальные ситуации возникающие на природе и в городе.
2. Вынужденная автономия зимой.

Семинарское занятие № 8

Тема «Проблемы добровольной и вынужденной автономии в природных и городских условиях»

Цель. Получить необходимый объем знаний и умений по проблемам добровольной и вынужденной автономии в природных и городских условиях.

Задачи:

- заслушать доклады, выступления и сообщения в виде презентаций по теме семинара;
- формирование у студентов необходимой теоретической и практической базы для вынужденной автономии зимой;
- получение знаний об экстремальных ситуациях, возникающих на природе и в городе.

Оборудование: методические рекомендации, рабочие тетради, учебники, проектор, ноутбук, интерактивная доска.

План семинарского занятия

- ✓ Сообщить очередность выступлений в рамках проблемы рассматриваемой на семинаре.
- ✓ Выступления студентов с презентациями по теме семинара.

- ✓ Вопросы со стороны преподавателя и участников семинара.
- ✓ Дискуссия по отдельным вопросам проблемы.
- ✓ Работа студентов с методическими рекомендациями. Задание для подготовки к следующему семинару.

Учебные вопросы семинара

1. Экстремальные ситуации, возникающие на природе и в городе.
2. Вынужденная автономия зимой.

Задание: подготовить конспекты изложения докладов и выступлений, сообщения в виде презентаций по теме следующего семинара.

Вопросы для самостоятельной подготовки студентов к работе на следующем семинаре:

1. Требования для обустройства лагеря или временного укрытия.
2. Особенности рельефа и климата.
3. Дикие животные.
4. Изготовление шалашей и укрытий. Постройка «иглу».

Семинарское занятие № 9

Тема «Как разбить лагерь и построить временное укрытие. Виды костров»

Цель. Изучить виды временных укрытий и костров.

Задачи:

- заслушать доклады, выступления и сообщения в виде презентаций по теме семинара;
- формирование у студентов необходимой теоретической и практической базы по обустройству лагеря или временного укрытия;
- получение знаний об опасных животных в дикой природе.

Оборудование: методические рекомендации, рабочие тетради, учебники, проектор, ноутбук, интерактивная доска.

План семинарского занятия

- ✓ Сообщить очередность выступлений в рамках проблемы рассматриваемой на семинаре.
- ✓ Выступления студентов с презентациями по теме семинара.
- ✓ Вопросы со стороны преподавателя и участников семинара.
- ✓ Дискуссия по отдельным вопросам проблемы.
- ✓ Работа студентов с методическими рекомендациями. Задание для подготовки к следующему семинару.

Учебные вопросы семинара

1. Требования для обустройства лагеря или временного укрытия.
2. Особенности рельефа и климата.
3. Дикие животные.
4. Изготовление шалашей и укрытий. Постройка «иглу».

Задание: подготовить конспекты изложения докладов и выступлений, сообщения в виде презентаций по теме следующего семинара.

Вопросы для самостоятельной подготовки студентов к работе на следующем семинаре:

1. Добыча воды из растений. На море. Грунтовые воды.
2. Как очистить воду.

Семинарское занятие № 10

Тема «Добыча воды в природных условиях при автономном существовании»

Цель. Вооружить будущего специалиста необходимым объемом знаний и навыков при добыче воды в природных условиях.

Задачи:

- заслушать доклады, выступления и сообщения в виде презентаций по теме семинара;
- получение знаний о способах добычи воды в условиях автономного существования в природных условиях;
- разъяснить правила обеззараживания воды при автономном существовании
- воспитывать у студентов безопасное поведения во время вынужденной автономии.

Оборудование: методические рекомендации, рабочие тетради, учебники, проектор, ноутбук, интерактивная доска.

План семинарского занятия

- ✓ Сообщить очередность выступлений в рамках проблемы рассматриваемой на семинаре.
- ✓ Выступления студентов с презентациями по теме семинара.
- ✓ Вопросы со стороны преподавателя и участников семинара.
- ✓ Дискуссия по отдельным вопросам проблемы.
- ✓ Работа студентов с методическими рекомендациями. Задание для подготовки к следующему семинару.

Учебные вопросы семинара

1. Добыча воды из растений. На море. Грунтовые воды.
2. Как очистить воду.

Семинарское занятие № 11

Тема «Ориентирование по карте и без карты. По религиозным сооружениям»

Цель. Получить необходимый объем знаний по ориентированию на местности по карте и без карты.

Задачи:

- заслушать доклады, выступления и сообщения в виде презентаций по теме семинара;
- получение знаний и умений по ориентированию по карте и без карты;
- Содействовать воспитанию интереса к предмету у студентов, оптимистического, отношения к жизни; формирования научного мировоззрения учащихся по проблемам безопасности человека.

Оборудование: методические рекомендации, рабочие тетради, учебники, проектор, ноутбук, интерактивная доска.

План семинарского занятия

- ✓ Сообщить очередность выступлений в рамках проблемы рассматриваемой на семинаре.
- ✓ Выступления студентов с презентациями по теме семинара.
- ✓ Вопросы со стороны преподавателя и участников семинара.
- ✓ Дискуссия по отдельным вопросам проблемы.
- ✓ Работа студентов с методическими рекомендациями. Задание для подготовки к следующему семинару.

Учебные вопросы семинара

1. Ориентирование по топографическим картам. Масштабные, внесматштабные и пояснительные условные знаки.
2. Ориентирование без карты.
3. Ориентирование по природным признакам.
4. Ориентирование по культовым зданиям (алтари, часовни, церкви и т.д.)

Вопросы для проверки знаний по дисциплине «Безопасный отдых и туризм»

1. Предмет «туризм».
2. Классификация видов туризма.
3. Поход.
4. Прогулки.
5. Экскурсии.
6. Экспедиции.
7. Туристический лагерь.
8. Основные туристические районы России и других странах.
9. Понятие «топография».
10. Карта и план.
11. Масштаб карты.
12. Определение расстояний по карте.
13. Условные знаки на карте.
14. Виды и формы туризма.
15. Ориентирование по карте и без карты.
16. По религиозным сооружениям.
17. Определение сторон горизонта по небесным светилам.

18. Спортивные походы.
19. Учебно – тренировочные походы.
20. Общие положения организации и подготовки турпоходов.
21. Комплектование группы и распределение обязанностей в ней.
22. Разработка маршрута путешествия.
23. Основные схемы построения маршрутов.
24. Скорости движения группы в реальных условиях маршрута.
25. Снаряжение для туристических походов.
26. Средства передвижения на туристических походах.
27. Средства транспортировки грузов в туристических походах.
28. Бивачное снаряжение в туристических походах.
29. Специальное снаряжение для туристических походов.
30. Вспомогательное снаряжение для туристических походов.
31. Привалы и ночлеги на туристическом маршруте.
32. Как разбить и построить временное укрытие.
33. Питание в походе.
34. Опасные животные в лесу.
35. Ядовитые животные, грибы и растения.
36. Что должно лежать в походной аптечке.
37. Добыча воды на суше.
38. Как добыть воду из растений.
39. Добыча воды на море.
40. Виды костров.
41. Безопасность в горах.
42. Безопасность в лесах.
43. Безопасность в пустыне.
44. Безопасность в тундре и лесотундре.
45. Гигиена в условиях природной среды.
46. Туристическое снаряжение и оборудование.
47. Ориентирование на местности, в незнакомом городе.
48. Акклиматизация человека к различным природным условиям.
49. Ориентирование на местности, в незнакомом городе.
50. Проблемы добровольной и вынужденной автономии в природных и городских условиях.
51. Безопасность на отдыхе.
52. Правила поведения и меры по обеспечению безопасности

Рекомендуемая литература

Основная:

1. Туризм: методическое пособие/Хурамшин И.Г./ Казань КГПУ 2003г
2. Туризм в Российской Федерации: правовое регулирование: учебное пособие Соколова

3. Маслов А.Г. Способы автономного выживания человека в природе.- М.: Издательский центр «Академия».-2005г. *Допущено учебно-методическим объединением вузов РФ по педагогическому образованию в качестве учебника для студентов высших учебных заведений*
4. Выживание в городе, выживание на море/Я.Палкевич/ «Карвет»-Москва 2002г.

дополнительная литература:

1. Воспитание личности школьника: учебно-методическое пособие/ Хузи-ахметов А.Н./изд-во «Матбугат йорты»- Казань. 2000г.
 2. Туристско-краеведческие кружки в школе: методические указания для руководителей/И.А.Верба, Я.Б.Галкин, А.П.Радищев и др.; под.ред В.В.Титова/ Просвещение-Москва 1988г.
 3. ОБЖ 6 класс: поурочные планы/Пахнутова О.В./ ИТД «Корифей»- Волгоград 2005г.
 4. Методика проведения школьного похода//воспитание школьников №6(2002г).
 5. Выживание под открытым небом//основы безопасности жизнедеятельности №3(2000г), стр.57-60.
 6. Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях// основы безопасности жизнедеятельности №4(2001г), стр.23-25.
 7. Выживание под открытым небом//основы безопасности жизнедеятельности №4(2000г), стр.47-50.
- в) программное обеспечение и Интернет-ресурсы

УЧЕБНАЯ КАРТА

балльно-рейтинговой системы с использованием модульной технологии
обучения дисциплины «Безопасный отдых и туризм»

Балльно - рейтинговая система (БРС) оценки качества подготовки специалистов с использованием модульной технологии обучения означает, что оценка качества текущей учебной работы студентов выставляется в баллах, по итогам текущей и промежуточной аттестаций составляется рейтинг студентов.

Учебный курс делится на учебные модули – это проблемные логически связанные и функционально законченные блоки информации учебного и учебно-методического материала, которые осваиваются студентом в ходе различных видов учебных занятий и в часы самостоятельной работы.

Содержание учебных модулей

Модули	№	Наименование тем и разделов	Всего (часов)	Аудиторные занятия (час.)		Самостоятельная работа
				Лекции	практические	
1 модуль	А	Предмет «туризм». Этапы развития туризма. Классификация видов туризма.	8	2	2	2
	Б	Безопасность в разных природных зонах. Классификация видов туризма.	8	2	2	4
	В	Организация и подготовка туристических походов.	8	1	3	4
2 модуль	Г	Комплектование группы и распределение обязанностей.	8	1	2	4
	Д	Разработка маршрута путешествия. Снаряжение для туристических походов.	8	2	2	4

	3 модуль	Е	Правила поведения и меры по обеспечению безопасности.	8	2	3	4	
	4 модуль	Ж	Действия при происшествиях за границей.	7	1	2	4	
		З	Важные особенности законодательств зарубежных стран.	7	1	2	4	
	5 модуль	И	Ориентирование на местности, в незнакомом городе	7	2	2	4	
		К	Проблемы добровольной и вынужденной автономии в природных и городских условиях.	8	2	4	6	
	6 модуль	Л	Как разбить лагерь и построить временное укрытие. Виды костров.	8	2	2	6	
		М	Добыча воды.	7	2	2	4	
		Н	Ориентирование по карте и без карты. По религиозным сооружениям.	8	2	2	6	
	Итого:				108	22	30	56

Учебный модуль

Дисциплина: Безопасный отдых и туризм														
Темы		А	Б	В	Г	Д	Е	Ж	З	И	К	Л	М	Н
Модули		Первый			Второй		Третий	Четвертый		Пятый		Шестой		
Виды занятий		Часы												
Лекции		5			3		2	2		4		6		
практические		7			4		3	4		6		6		
Всего часов	52	12			7		5	6		10		12		
Всего баллов	70	14,5			10,25		6,25	10,25		14,25		14,5		

Суммы баллов модулей по видам учебной деятельности студентов

	посещение	выступление на семинарах	выступление с докладами
модуль №1	0,5	4+4+4	2
модуль №2	0,25	4+4	2
модуль №3	0,25	4	2
модуль №4	0,25	4+4	2
модуль №5	0,25	4+4+4	2
модуль №6	0,5	4+4+4	2

За посещение:

0,25 балл – за присутствие на занятии

Выступление на семинарах:

4 балла – студент правильно и полно ответил на поставленные вопросы, точно сформулировал основные термины, определения, привел примеры.

3 балла – студент правильно ответил на поставленные вопросы, верно сформулировал основные определения.

2 балла – студент показал знания основного материала, однако полнота его изложения достигнута с помощью дополнительных (уточняющих, наводящих) вопросов.

1 балл – студент, излагая материал, допустил существенные ошибки, не смог сформулировать определения даже при дополнительных наводящих вопросах.

Выступление с докладами:

2 балла – студент выступил с докладом (рефератом) полно и правильно ответил на поставленные вопросы.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

Тестовые задания

1 группа – задания с выбором одного правильного ответа:

1. Какими способами можно ориентироваться на местности?
 - А) по направлению течения реки;
 - Б) по направлению ветра;
 - В) по небесным светилам.
2. Какие экстремальные ситуации существуют в природе?
 - А) резкое изменение природных условий, смена климатогеографических условий;
 - Б) неумение ориентироваться на местности, переезд на новое место жительства из одного района города в другой, потеря одним из членов туристской группы личного снаряжения;
 - В) автономное существование в природных условиях туристской группы, идущей по разработанному маршруту, имеющей необходимое снаряжение и продукты питания.
3. Какая задача при подготовке и проведения туристского похода является главной?
 - А) обеспечение безопасности;
 - Б) выполнение целей и задач похода;
 - В) полное прохождение маршрута.
4. Чему равна пара шагов среднего человека?
 - А) 1м;
 - Б) 1,5м.
 - В) 2м;
5. Какая обувь считается наиболее удобной в походе?
 - А) туристические ботинки, кеды, кроссовки;
 - Б) сапоги резиновые или хромовые, легкие спортивные тапочки;
 - В) полуботинки, сапоги, туфли.
6. Как высушить резиновые сапоги в походе?
 - А) вытащить из под сапог стельки и протереть внутри досуха тряпкой, поставить сапоги к теплу, но не к открытому огню;
 - Б) набить сапоги сухой травой или бумагой и поставить их недалеко от костра;
 - В) вбить в землю около костра колышки и повесить на них сапоги.
7. Как определить направление на стороны горизонта по солнцу и часам?
 - А) направить часовую стрелку на Солнце, биссектриса между часовой стрелкой и направлением на цифру 1 циферблата укажет направление на юг;
 - Б) направить минутную стрелку на Солнце, биссектриса между минутной стрелкой и направлением на цифру 1 циферблата укажет направление на юг;
 - В) направить часовую стрелку на Солнце, биссектриса между часовой стрелкой и направлением на цифру 1 циферблата укажет направление на север;
8. Где на карте указывают численный и линейный масштабы?
 - А) под южной (нижней) рамкой карты;
 - Б) над северной (верхней) рамкой карты;
 - В) сбоку восточной рамки карты.
9. В какой системе высот создаются карты в России?
 - А) за начало отсчета высот принят средний уровень Балтийского моря;
 - Б) за начало отсчета высот принят уровень Атлантического океана;
 - В) за начало отсчета высот принят уровень Тихого океана.
10. Что называется величиной масштаба?
 - А) Расстояние на местности в метрах, километрах, соответствующее 1 см карты;

- Б) Расстояние на местности в метрах, километрах, соответствующее 1 мм карты;
- В) Расстояние на местности в метрах, километрах, соответствующее 1 дм карты.

2 группа - задание с выбором искомых правильных ответов:

- 11 Магнитный азимут – это:
- А) направление от местного предмета на точку стояния;
 - Б) горизонтальный угол, измеренный по ходу часовой стрелки от северного направления магнитного меридиана до направления на предмет;
 - В) горизонтальный угол, измеренный против часовой стрелки от северного направления магнитного меридиана до направления на предмет.
12. Если в походе во время движения по маршруту вы отстали от группы, то:
- А) нельзя сходить с трассы, лыжни;
 - Б) можно сойти с трассы, чтобы найти следы товарищей;
 - В) необходимо сойти с трассы и остановиться на развилке тропы.
13. Если во время движения на маршруте вы заблудились и не можете найти свои следы, то следует:
- А) остановиться и оценить ситуацию, искать тропу или дорогу, ручей или реку;
 - Б) прислушаться к звукам, чтобы потом двигаться подальше от дорог или рек;
 - В) найти возвышенное место и оглядеться, а затем двигаться в направлении захода солнца.
14. Приметами хоженной тропы могут быть:
- А) примятая трава, следы от транспорта, следы деятельности человека;
 - Б) высокая трава, наличие следов птиц и зверей;
 - В) растущие на тропе грибы, ягоды, сломанные ветки.
15. По каким местным приметам можно определить стороны света:
- А) стволам и коре деревьев, лишайнику и мху, склонам холмов и бугров, муравейникам, таянию снега;
 - Б) кустарнику и сухой траве, направлению течения ручьев и рек, наезженной колее;
 - В) полыньям на водоемах, скорости ветра, направлению комлей валяющихся на дороге спиленных деревьев.
16. Каковы требования к месту сооружения временного жилища:
- А) ровная возвышенная продуваемая площадка, возле источник воды и достаточно топлива, вблизи поляна для подачи сигналов бедствия;
 - Б) место среди сухостоя, который можно использовать для костра, на берегу реки на уровне воды;
 - В) недалеко дорога или наезженная тропа, вблизи много грибов и ягод.
17. При устройстве шалаша крышу следует накрывать:
- А) снизу – вверх;
 - Б) сверху – вниз;
 - В) справа – налево;
18. Как развести костер:
- А) положить на почву растопку, поджечь ее, а сверху положить ветки и затем дрова;
 - Б) поджечь ветки в костре двумя-тремя спичками, а затем сверху положить дрова;
 - В) приготовить растопку и дрова, сверху веток положить поленья, дрова и соблюдать правила пожарной безопасности.
19. Обеззараживание воды в полевых условиях осуществляется:
- А) кипячением;
 - Б) очисткой через песочный фильтр;
 - В) очисткой через фильтр из глины, ваты и материи;
20. Какие растения можно использовать, чтобы заварить чай:
- А) иван-чай;
 - Б) листья березы;

В) бузина;

3 группа – задание на добавление слова в готовый ответ:

21. Туризм – это все виды _____ человека из одного места в другое, не связанные с переменой места жительства и работы, путешествия с целью отдыха, участия в научных, деловых, культурных встречах.
22. Экспедиция – представляет собой организованное путешествие со специальными _____ целями.
23. Экскурсия – это коллективное посещение определенных объектов с _____ или научной целью и для общего культурного развития человека.
24. Прогулки – представляют собой передвижение на местности с _____ целью.
25. Местные предметы – это все расположенные на поверхности земли _____ предметы.
26. На топографических картах местные предметы изображаются _____ знаками.
27. Масштабными условными знаками изображаются те местные предметы, которые по своим размерам могут быть выражены в _____ карты.
28. Пояснительные условные знаки применяются в сочетании с масштабными и немасштабными и служат для _____ характеристики предметов.
29. Мох и лишайники растут преимущественно на _____ стороне стволов деревьев.
30. Линейный масштаб представляет собой прямую линию, разделенную на отрезки равной длины, называемое _____ линейного масштаба.

4 группа – задание на упорядочивание ответов:

31. Укажите соответствие:
- | | |
|-----------|--------------|
| 1) Костер | А) Каркасный |
| 2) Хижина | Б) «Иглу» |
| 3) Рюкзак | В) «Колодец» |
32. Укажите соответствие:
- | | |
|-------------------------------|------------|
| 1) Бивачное снаряжение | А) Ледоруб |
| 2) Специальное снаряжение | Б) Коврик |
| 3) Вспомогательное снаряжение | В) Компас |
33. Укажите соответствие:
- | | |
|------------|-----------|
| 1) Лес | А) Камень |
| 2) Пустыня | Б) Дерево |
| 3) Горы | В) Песок |
34. Укажите соответствие:
- | | |
|------------------|----------|
| 1) Каменный очаг | А) Сруб |
| 2) «Дакота» | Б) Валун |
| 3) «Колодец» | В) Яма |
35. Укажите соответствие:
- | | |
|---------------------|-----------|
| 1) Лес | А) храмы |
| 2) Ночь | Б) Звезды |
| 3) Населенный пункт | В) Мох |
36. Укажите соответствие:
- | | |
|-------------------|------------|
| 1) Тепловой удар | А) Жара |
| 2) Солнечный удар | Б) Предмет |
| 3) Удар | В) Свет |
37. Укажите соответствие:
- | | |
|----------------|-----------|
| 1) Православие | А) Юг |
| 2) Католицизм | Б) Запад |
| 3) Буддизм | В) Восток |
38. Укажите соответствие:

- 1) Суше
- 2) Море
- 3) Растение

- А) Береза
- Б) Дождь и лед
- В) Родник

39. Укажите соответствие:

- 1) Съедобные
- 2) Лекарственные
- 3) Ядовитые

- А) Подорожник
- Б) Щавель
- В) Мухомор

40. Укажите соответствие:

- 1) Карта
- 2) Ночь
- 3) Местность

- А) Предмет
- Б) Компас
- В) Полярная звезда

5 группа – задание на свободное конструирование ответов:

- 41. Поход – это
- 42. Туристический лагерь – это
- 43. Курвиметр – это
- 44. Бивачное снаряжение – это
- 45. Специальное снаряжение – это
- 46. «Нодья» – это
- 47. «Дакота» – это
- 48. Топография – это
- 49. Немасштабные условные знаки –
- 50. «Звездный» – это

Сооружение укрытий и устройство лагеря



1. Шалаш из ткани с использованием дерева.



2. Шалаш, построенный с использованием трех жердей.



3. Двускатный шалаш из ткани построенный с использованием одной жерди.



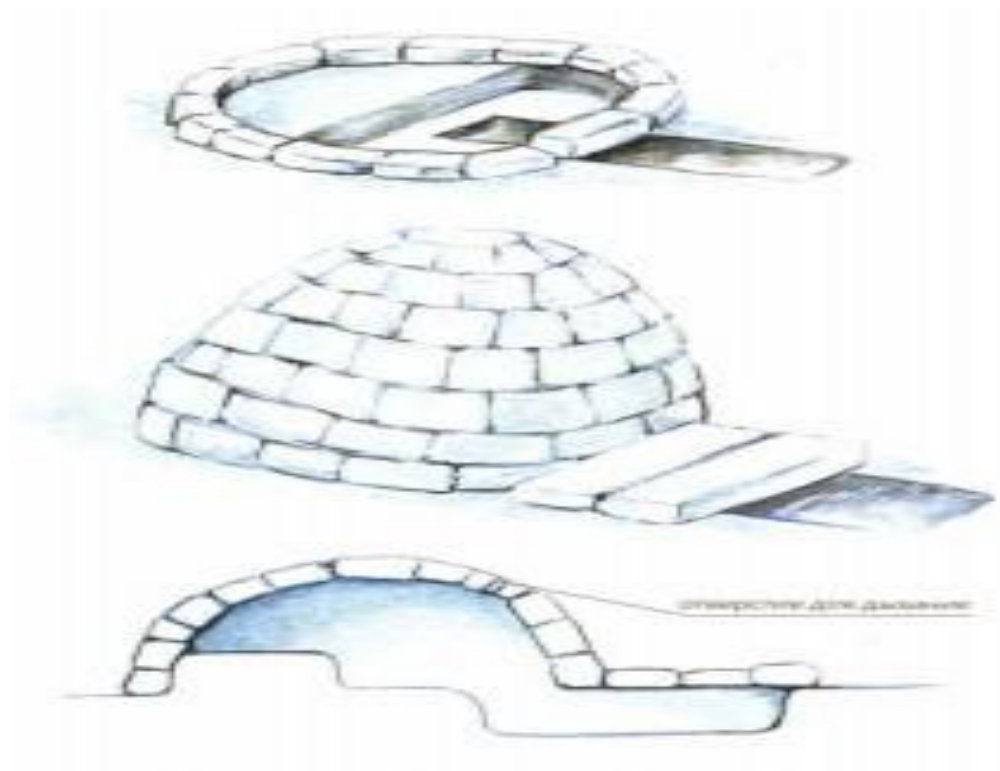
5. Двускатный шалаш из ткани с наружным тентом, который создает дополнительную теплоизоляцию.



6. Строительство двускатного шалаша.



7. Круглый шалаш из ткани построенный вокруг дерева.



8. Снежная хижина – Иглу.



9. Обустройство укрытий.

Ядовитые растения.



1. Дереза обыкновенная (волчья ягода).



2. Дурман обыкновенный.



3. Ландыш.



4. Паслен сладко – горький.



5. Багульник болотный.



6. Белладонна.



7. Белена черная.



8. Вех ядовитый или цикута.



9. Вороний глаз.



10. Волче лыко.



11. Болиголов.



12. Тис.

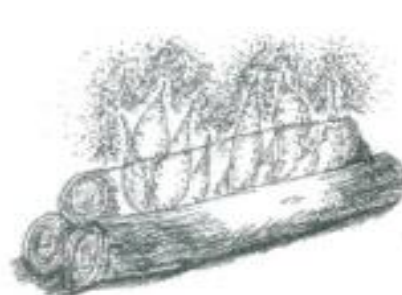
Виды костров



«Шалаш»



«Колодец»



«Нодья»



«Звездный»



Таежный



Таёжный «Пушка»